

Ideologi. Begavet angreb på wellness og dens smertefulde bivirkninger. Forskere er ved at få øje på det onde i det gode.

Har vi det ikke pragtfuldt?!

Af **PERNILLE STENSGAARD**

Carl Cederström og André Spicer: *The Wellness Syndrome*. 163 sider. £ 8.99 på amazon.co.uk. Polity.

Der var engang, hvor sport var for de dumme. Da Churchill blev spurgt, hvordan han havde båret sig ad med at blive så gammel, vendte han cigaren i munden og svarede »no sports!«

Der var engang, hvor Sartre og hans kumpaner på École Normale Supérieure holdt den gående på sort kaffe, smøger og sprut, optaget af tanker. Engang hvor ungdommen eksperimenterede med stoffer for at udvide sindet. Til helvede med helbredet, kroppen måtte klare sig selv. Vigtigere ting foregik i hovedet og sammen med andre.

I 1970'erne var folk slanke som siv, ikke muskuløse. Deres kroppe så ud, som de gør, når man bare cykler, spiller bold, går. Ingen skænkede wellness en tanke, muligvis fordi det ikke fandtes. Ingen – slet ikke statslige myndigheder – messede om »det gode liv« og mente noget inderligt selvoptaget og indadvendt. Ingen påstod, at livstruende sygdom var et tegn fra *din* krop til *dig* om at lave *dit* liv om. Ingen insisterede på positivitet som *din* redning af *dig* selv. Smil! Du har fået kræft!

Ingen arbejdsløse blev sendt på kursus for at lære at sælge sig selv og pitche deres potentiale på 30 sekunder i en elevator med Bill Gates. De blev kun bedt om at sælge deres arbejdskraft. Ingen chefer bad dem om også lige at stoppe med at ryge hjemme i privaten eller få tabt de sidste stødige 10-15 kilo. Og holde op med at stresse og bekymre sig, beklage sig, kritisere.

Nogle ganske få gange savner jeg 70'erne og 80'erne for deres rod og manglende perfektion. Bare fordi man fik øje på en fejl hos sig selv eller andre, behøvede man ikke absolut at rette den. Endnu fandtes humor-politiet ikke. Tiden kunne bedre leve med fejl, det var godt for alle. Samfundet, virksomhederne, skolerne, alle holdt sig mere tilbage, når de stod ved et menneskes grænse. De masede sig ikke bare ind over dem med uinviterede forslag til forbedring af krop og sind. Ingen forventede af hinanden, at man skulle være lykkelig.

De nye krav er revolutionerende – i skidt retning – argumenterer Carl Cederström og André Spicer i deres letlæste, velskrevne *The Wellness Syndrome*. Der er tale om en fremadstormende mainstream-ideologi med idéer og overbevisninger, som ved første øjekast virker naturlige, men man skal passe på med at melde sig ud. Mennesker, som ikke tager deres kroppe alvorligt, stemples som dovne, viljesvage og obkskøne afvigere, ulovligt i gang med at nyde, hvad enhver fornuftig person burde modstå – cigaretter, mættet fedt, en kæp i øret, melankoli.

Wellness er vokset til et moralsk imperativ.

»Kunstneren er ordblind, men fremfor at få hjælp til at skrive korrekt, har hun gjort ufuldkommenheden til sit varemærke« hedder det i kataloget til Gudrun Hasles udstilling »My Charlthodt as a Expat«, der vises på Brandts 13 i Odense frem til 10. maj.

»Nogle ganske få gange savner jeg 70'erne og 80'erne for deres rod og manglende perfektion. Bare fordi man fik øje på en fejl hos sig selv eller andre, behøvede man ikke absolut at rette den.«

En person, der føler sig godt tilpas, er en god person; en person, som har det dårligt, er en dårlig person. Negativitet, utilfredshed, tristhed opfattes som moralske fejl, og vi er blevet sindssygt dygtige til at skanne os selv og vores omgivelser for disse vira.

Cederström og Spicer, to professorer fra Stockholm og London, lister de sædvanlige bivirkninger. Wellness-syndromet er baseret

på antagelsen om individet som autonomt, potent og konstant kæmpende for at forbedre sig selv. Sådan tænker enhver coach og læner sig op ad en kolossal pude af magisk tænkning: Med en positiv attitude kan man opnå alt, hvad man ønsker sig, vær så god at svælge i *good-life-fantasies* (men hvis det kikser, er det ens egen fejl).

Denne insisteren på, at hver enkelt er i

stand til at vælge sin egen skæbne, udløser følelser af skyld og angst, når det viser sig, at man hverken kan tænke sig til formue, sundhed, lykke eller arbejde. Der manglende åbenbart noget, man ser indad efter et sted at placere ansvaret. Vi tror, at lykke er et valg, og at man kontrollerer sit eget liv selv i krisetider, hvor økonomien, forbruget og hele fag ramler sammen. Arbejdsløshed forvandles til »indre barrierer« og afpolitiseres. Det er et spørgsmål om vilje og selvsikkerhed at finde et arbejde. Arbejdsløse skal bare finde deres unikke (undskyld!) talent og den hemmelige port til det skjulte jobmarked, hvor det vælter med fede stillinger, der ikke slås op. Det er en vild individualisering af det, vi engang kendte som politik.

På et jobsøgningskursus i USA, som forskeren Ofer Sharone fulgte, blev kursisterne bedt om at holde op med at se nyheder – det ville gøre dem i dårligt humør og ødelægge den selvsuggestion, de var i gang med. De burde heller ikke kalde sig selv arbejdsløse, men *free agents*. I begyndelsen kunne de lide at tænke sådan om sig selv, var opmuntrede over følelsen af at kunne gøre noget, tage problemet i egen hånd, men som uger og måneder gik, og kampen mod deres egne indre barrierer ikke bar frugt i form af et job, steg selvhadet og taberfølelsen. I 1970'erne *var* det samfundets skyld, i dag står folk alene med skammen.

Cederström og Spicer begræder, at politik forsvinder, fordi kollektiv tænkning forsvinder. Politik formindskes til mærkelige, smalle emner som kantinemad i skolerne. Pludselig ser det ud, som om Jamie Oliver redder engelske elever med sin middelklassepatos og tv-serie *Jamie's School Dinners*. Som om der ikke var vigtigere ting på spil i det engelske uddannelsessystem og hos forældrene – dybtliggende klasseforskelle, kønsroller, nedarvet arbejdsløshed gennem generationer. Det er ikke noget, korsfarer Jamie kan klare, selvom det ser sådan ud.

Forfatterne konkluderer det samme som andre i genren for anti-selvhjælp, anti-positivitet og anti-lykke: De gamle grækere havde ret, når de vendte sig udad mod andre mennesker. Aristoteles fandt ikke meningen med livet ved at ligge på en strand og lytte til sentimental musik eller forsøge at opfange, hvad hans krop hviskede til ham. Han fandt en politisk mening ved at deltage i indretningen af samfundet.

Cederström og Spicer prøver at angive en vej ud af wellness. Det bliver ikke let, advarer de, men en begyndelse ville være at holde op med tvangsmæssigt at lytte til vores kroppe, at opgive fikseringen på eget helbred og egen lykke og at forlade illusionen om grænseløst menneskeligt potentiale. Mennesker er ikke kun defineret af muligheder, men også af svaghed. Det er ikke noget at skamme sig over. Det er endnu mere normalt at være svag og begå brølere end at være lykkelig. Lykke er en undtagelsestilstand og derfor ikke rimelig som retningsanviser. I den ligger nedfældet et forventet nederlag. Accepterer man afmagt, siger forfatterne, vil man indse, at vi altid kommer til kort på den ene eller den anden måde.